

Populärvetenskaplig rapport av forskningsbidrag F14-21

Effekter av Fysisk aktivitet på Recept (FaR) som hälsofrämjande individualiserad intervention för barn och ungdomar med olika funktionsnedsättningar med hälsoekonomisk analys
Katarina Lauruschkus

Bakgrund och syfte: Fysisk aktivitet innebär stora hälsovinster, inte minst för barn och ungdomar med olika funktionsnedsättningar. Endast 2 av 10 barn uppnår rekommendationerna att vara fysisk aktiv 60 min dagligen, och barn med funktionsnedsättningar är mindre fysiskt aktiva än kompisarna utan funktionsnedsättning. I denna studie undersöker vi effekter av fysioterapeutledd Fysisk aktivitet på Recept (FaR) som en hälsofrämjande intervention hos inaktiva barn och ungdomar i åldrarna 8-17 år med autism, intellektuell funktionsnedsättning och rörelsenedsättning vid barn- och ungdomshabiliteringarna i Skåne. FaR användes inom habiliteringens verksamhet innan studien på ett ojämnt sätt utifrån behandlarens motivation och inte utifrån barnens behov.

Metod: Fysioterapeuterna på barn- och ungdomshabiliteringen i Skåne var och är involverade i studien, de var med och identifierade behovet av studien och hur den skulle designas. Verksamhetens ledningsgrupp, yrkesutvecklare för fysioterapeuterna samt resursteam för autism, intellektuell funktionsnedsättning och rörelsenedsättning var och är positiva och stöttar medarbetarna. Fysioterapeuterna identifierar barn och ungdomar med intellektuell funktionsnedsättning, autism och rörelsenedsättningar och som är fysiskt inaktiva i åldrarna 8–17 år. FaR genomförs genom att varje barn/ungdom väljer en eller två fysik/a aktivitet/er för interventionsperioden. Aktiviteterna kan antingen vara en organiserad föreningsaktivitet eller vara av enklare slag, så som att gå ut med en hund, cykla till skolan osv. Aktiviteterna ska vara anpassade till barnets/ungdomens intresse, funktionsbegränsning och resurser kring barnet. Barnet/ungdomen fyller i en aktivitetsdagbok efter varje tillfälle hen har utfört den fysiska aktiviteten. Fysioterapeuten genomför Motiverande samtal med barnet före, under, vid avslut samt vid uppföljning efter tre och sex månader efter avslutad intervention. Uppföljningarna är viktiga för att kunna följa deltagarna över tid och stödja den hälsofrämjande livsstilsförändringen, som FaR förväntas bidra till, över tid. En hälsoekonomisk analys av effekterna kommer att göras under 2024. Interventionens kostnad i form av resursutnyttjande (arbetstid för fysioterapeut, avgifter eller kostnader för själva de fysiska aktiviteterna mm) i förhållande till förändrade aktivitetsvanor och hälsorelaterad livskvalitet utgör grunden för den hälsoekonomiska analysen.

Resultat: Det har varit svårare än förväntat att komma i gång med själva interventionen FaR. Medarbetarna och ledningen var positiva, men resursbrist och stor arbetsbörda bidrog till en långsammare takt än planerat. Nu är ett större antal barn och ungdomar i gång med FaR. Preliminära resultat visar på att barn och ungdomar med autism är intresserade av att kunna mäta fysisk aktivitet. Barn med intellektuell funktionsnedsättning är mer intresserade av att kunna delta i gruppaktiviteter eller aktiviteter med familjen. Dessa resultat visar på att FaR behöver anpassas till varje barn/ungdom, och FaR som en individualiserad metod lämpar sig synnerligen väl för olika barn och unga med varierande intressen och motivation.

Konklusion/betydelse: Alla barn och ungdomar ska få möjlighet att vara fysiskt aktiva utifrån sina individuella förutsättningar för att kunna leva ett hälsosamt och aktivt liv. Implementering av FaR inom habiliteringen bidrar till jämlik vård i Skåne.

Hur kommer resultaten att spridas

a. Vetenskapliga publikationer

- o Protokollartikel är i manus och skickas in till en vetenskaplig tidskrift, 01/2024.
- o 1-2 publikationer i vetenskapliga tidskrifter förväntas skickas in till en vetenskaplig tidskrift under höst 2024.

b. Föredrag

- o Presentation på vetenskapliga konferenser:
 - Oktober 2023: Posterpresentation på CPUP-dagarna (uppföljningsprogram för personer med cerebral pares), Stockholm.
 - Maj 2023, EACD-konferens Ljubljana. Posterpresentation.
 - Oktober 2022. EUPPT, 2nd European Paediatric Physiotherapy Congress, Florens, Italien. Muntlig presentation.
 - September 2022. Joint Conference on Brain Injury, New York, USA. Posterpresentation.
 - Mars 2022. AusACPDM/IAACD. *Better Together*. Melbourne, Australien. Focused symposium: **Session title:** Creating solutions to the challenges of participation-focused therapy: an international, trans-disciplinary perspective.
Chair: Dr Sarah Reedman; Presenters: A/Prof Leanne Sakzewski, Dr Katarina Lauruschkus, A/Prof Keiko Shikako-Thomas, A/Prof Dana Anaby
- o Presentation för allmänheten på Forskningens dag "Människan i rörelse – om fysisk aktivitet och hälsa", Lunds universitet, 7 och 8 november 2023.
- o Webinar för patientförening CP Sverige, september 2023.

c. Annat

- o Undervisning för läkarstudenter T11, "Fysisk aktivitet för barn med cerebral pares", 1 föreläsning på 2 timmar varje termin.